

## Los Juegos de azar son sólo juegos...

La forma en la que uno juega es lo que los hace divertidos, frustrantes o peligrosos. Esto es válido para cualquier tipo de juego – incluyendo los juegos en la que se apuesta dinero.

“Jugar compulsivamente es una enfermedad adictiva en la que el individuo es arrastrado por un impulso poderoso e incontrolable de jugar. Este impulso aumenta en intensidad y urgencia, y llega a apoderarse cada vez más del tiempo, la energía y los recursos emocionales y materiales del individuo.”

Robert Custer, M.D. When Luck Runs Out

## El ser un jugador compulsivo no es una debilidad moral

Esta es una condición seria y con la ayuda de tratamiento, las personas que sufren este problema pueden ver el juego desde una perspectiva distinta y llegar a tomar decisiones que les ayuden a mejorar sus vidas.

## ¿Está preocupado por un ser querido y su manera de jugar?

### Señales de un jugador compulsivo

- ¿Piensa que a esta persona no se le puede confiar dinero?
- ¿Es él o ella reservado con el dinero?
- ¿Siempre le hace falta dinero aunque él o ella gane lo suficiente?
- ¿Tiene su ser querido grandes cantidades de dinero que son inexplicables después de haber pagado los gastos de la casa?
- ¿Está el jugador quebrado o sin dinero y de repente él o ella empieza a regalar cosas a sus familiares y a gastar grandes cantidades de dinero?
- ¿Pide su ser querido dinero prestado a familiares y amigos para gastos inesperados o problemas financieros que resultan falsos?
- ¿Ha notado que el dinero desaparece de la casa (de su cartera o de la alcancía de los niños)?
- ¿Ha llegado usted al punto de esconder el dinero para los gastos de la casa porque sabe que su familia no va a tener dinero para la comida u otras necesidades?
- ¿Revisa usted las ropas o la cartera de esta persona o de lo contrario, verifica sus actividades cuando tiene la oportunidad?
- ¿Esconde usted el dinero del jugador?

Este documento incluye materiales de la Comisión de Drogas y Alcohol de Alberta.

¿Ha notado un cambio en la personalidad del jugador a medida que aumenta la frecuencia con la que él o ella juega?

¿Miente la persona persistentemente para ocultar las veces que juega?

¿Le echa esta persona la culpa a usted por lo mucho que juega?

¿Trata de adivinar el estado de ánimo del jugador o trata de controlar la vida de él o ella para poder tener algo de estabilidad en su vida?

¿Tiene esta persona remordimientos o sufre de depresión a causa del juego? ¿Ha llegado al punto de amenazar con hacerse daño a sí mismo(a)?

¿Lo ha llevado el juego al punto de decirle a esta persona que se va a separar?

¿Siente que su vida con el jugador se ha convertido en una pesadilla?

## Cuando un ser querido juega demasiado...

Las siguientes sugerencias son recomendaciones generales y no deben ser substituidas por los servicios profesionales de un consejero, psicólogo u otro profesional. Esta es una guía para alentar a la familia o al jugador compulsivo a buscar ayuda.

## Busque ayuda profesional si es posible

El estado de Oregón ofrece tratamiento gratis a jugadores compulsivos y a sus familias (aunque el jugador compulsivo no entre en el programa). Puede obtener una lista de los programas que hay si llama al: 1-877-695-4648 o por vía chat•IM•e-mail disponibles en: 1877mylimit.org.

Si usted sospecha que alguien que usted conoce tiene problemas con los juegos de azar:

- No le preste dinero, esto ayuda a la adicción.
- No mienta u oculte el problema del juego compulsivo. Sea honesto consigo mismo con sus familiares y amigos. El mantener el secreto crea otro problema para usted y su familia y contribuye a que el jugador compulsivo continúe jugando.

Si usted cree que está jugando demasiado, si usted está preocupado por algún amigo o familiar, hay ayuda disponible.

Llame al teléfono de ayuda gratuita de Oregón:

**1-877-695-4648**  
**1-877-MY LIMIT**

Chat•IM•e-mail disponibles en: **1877mylimit.org**

**¿HAY ALQUIEN A QUIEN CONOZCA QUE  
JUEGA DEMASIADO? AYUDELE.**

- **No corra riesgos** – su seguridad es lo primero. Algunas veces los jugadores compulsivos pueden ser abusivos. La violencia doméstica es un delito. Nunca arriesgue su seguridad personal y busque la ayuda de las autoridades competentes.
- **Acepte** que usted tiene el derecho de protegerse física y emocionalmente.
- **Proteja** su seguridad financiera. Controle sus finanzas, limite el acceso del jugador al dinero en efectivo de la familia, limite la cantidad de dinero que cada miembro de la familia puede gastar (incluyendo al jugador).
- **Edúquese** usted mismo(a) sobre el juego compulsivo, sus efectos en el jugador y sus seres queridos.
- **Reconozca** que usted no puede forzar al jugador a dejar de jugar. Reconozca que usted no tiene la culpa del comportamiento del jugador.
- **Sepa** que usted puede ayudar a su ser querido diciéndole dos cosas a la vez: No a jugar compulsivamente y a mentir, y sí, te amo.
- **Deje** que el jugador enfrente las consecuencias de su comportamiento destructivo, y más importante que nada...
- **Busque** ayuda para usted. No intente hacerlo todo solo. El aislamiento puede aumentar el temor y la desesperanza.

## **Llame**

Si usted conoce a alguien que no puede controlar su obsesión con los juegos de azar, llame al 1-877-695-4648 para recibir ayuda. Hay agentes certificados en tratamientos y que hablan español las 24 horas del día, que pueden escucharle, ofrecerle ayuda y enviarlo a centros de tratamiento en su área.

Para comunicarse con nosotros via e-mail, mensajes instantáneos o conversaciones en tiempo real, y otras informaciones sobre los problemas de apostar, por favor visite [1877mylimit.org](http://1877mylimit.org).

Producido por la Lotería de Oregón® y el Departamento de Servicios Humanos de Oregón. Pagado por la Lotería de Oregón®.

**Obtenga ayuda para el  
problema con el juego**

¡El tratamiento es gratis, confidencial y sí funciona!

**1-877-695-4648**

